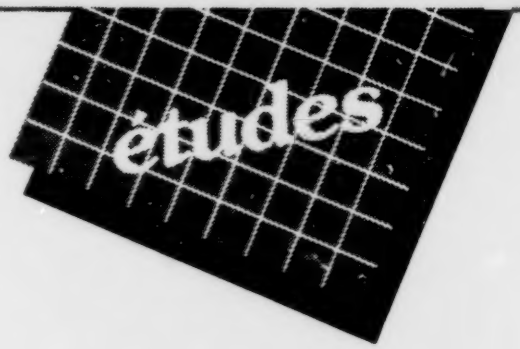

L'état de l'activité et de la condition physique au Québec.

Février 1984

Robert Gagnon

Québec

L'état de l'activité et de la condition physique au Québec.

Robert Gagnon

Direction de l'analyse et de
la recherche socio-économique.

Février 1984.

INTRODUCTION

Le programme Kino-Québec est en place depuis déjà près de six ans. Depuis lors, plusieurs études ont été réalisées dont certaines visaient à connaître un peu plus précisément le niveau de pratique de l'activité physique de même que les sources de motivations des Québécois et Québécoises par rapport à la pratique de l'activité physique. Le présent document tente de regrouper les diverses données recueillies à ce jour par rapport au phénomène de l'activité physique au Québec.

Table des matières

	page
Liste des tableaux	ii
INTRODUCTION	1
1. Source des données	2
2. Résultats des études réalisées	3
2.1 La participation à l'activité physique	3
2.2 L'intérêt pour l'activité physique	9
2.3 L'activité physique dans les milieux de travail.	12
3. Points saillants des études réalisées	19
3.1 Les personnes âgées	19
3.2 La région de Montréal	19
3.3 Les femmes	19
4. La mesure à long terme de l'activité et de la condition physique	21
4.1 Développement d'un ensemble d'indicateurs . . .	21
4.2 Les indicateurs de la condition physique	21
4.3 Les indicateurs de l'activité physique	22

Liste des tableaux

		Page
TABLEAU 1 :	Proportion de la population de 10 ans ou plus qui sont actifs, 1981	5
TABLEAU 2 :	Liste des activités sondées dans l'enquête sur la participation aux activités de loisir	6
TABLEAU 3 :	Taux et fréquence de participation à une activité ou plus, 1982	7
TABLEAU 4 :	Fréquence de participation aux activités physiques et sportives, participants de 1982	8
TABLEAU 5 :	Proportion des Québécois ayant des plans bien définis pour participer davantage à l'activité physique au cours des six prochains mois	11
TABLEAU 6 :	Caractéristiques des entreprises offrant des programmes de conditionnement physique .	15
TABLEAU 7 :	Caractéristique des entreprises offrant des programmes sportifs et récréatifs. . . .	17

1. SOURCE DES DONNEES

Le présent document tente de réunir toute l'information et les données qui ont été recueillies par diverses enquêtes et divers sondages au cours des dernières années; l'accent est mis particulièrement sur les études les plus récentes.

On peut ainsi mentionner les études suivantes:

- l'enquête sur la condition physique au Canada,
- l'étude sur la participation des Québécois aux activités de loisir,
- l'enquête sur les programmes en milieu de travail.

A l'exception de l'enquête sur la condition physique des Canadiens, ces sondages ont été réalisés par la Direction de l'analyse et de la recherche socio-économique du M.L.C.P., en collaboration avec la Direction de l'activité physique et du développement sportif de base. Ainsi, l'identification des indicateurs et la formulation des questions des sondages ont fait l'objet d'une consultation entre les deux Directions.

Compte tenu de l'abondance de l'information qui découle de ces études, il apparaît donc important de mettre tous les résultats en parallèle afin d'en faire ressortir les faits saillants. On verra en effet que des constantes importantes s'en dégagent.

2. RESULTATS DES ENQUETES REALISEES

2.1 La participation à l'activité physique

En 1981, le Gouvernement fédéral a réalisé une enquête sur la condition phsyique des Canadiens. Cette étude a été effectuée auprès de 22,000 personnes âgées de dix ans ou plus. Présentement, le fichier des données pour le Québec n'est toujours pas disponible. Toutefois, il devrait l'être incessamment et nous pourrons alors produire les tableaux nécessaires à l'évaluation de la condition physique et du niveau d'activité des Québécois.

Les quelques résultats disponibles traitant du Québec font ressortir que 51% des Québécois sont actifs, c'est-à-dire qu'ils ont exercé une activité physique au moins trois heures par semaine pendant au moins neuf mois sur les douze qui ont précédé l'enquête. Il s'agit du plus faible pourcentage observé parmi les cinq grandes régions canadiennes, la moyenne nationale étant de 56% (voir tableau 1).

Même si cette enquête ne nous donne pas d'autres données sur l'état de l'activité physique pour le Québec seulement, on peut quand même observer que la proportion de Canadiens actifs est passée de 49% en 1978 à 56% en 1981. On peut supposer que même si le niveau de participation est inférieur pour le Québec, l'évolution a été la même.

Si on limite notre étude à la participation aux activité physiques en 1982, on observe un taux de participation de 78% de la population du Québec âgée de 12 ans ou plus qui a participé au moins une fois à une des trente-trois activités qu'on leur a mentionnées. La liste des activités retenues se retrouve au tableau 2.

On remarque ainsi un taux de participation des hommes supérieur de

10% à celui des femmes. On remarque également un taux de participation passant de presque 100% chez les 12-14 ans à 26% chez les personnes de 65 ans ou plus. De plus, les données font ressortir un lien assez clair entre le revenu familial et la participation. Plus on vient d'un milieu favorisé financièrement, plus on pratique l'activité physique.

Enfin, on peut faire ressortir quelques caractéristiques régionales: les régions du Bas St-Laurent-Gaspésie, de l'Abitibi-Témiscamingue et de l'Outaouais ont un taux de participation légèrement supérieur à la moyenne alors qu'il est inférieur à cette moyenne dans l'Estrie (voir tableau 3).

Les résultats du sondage n'ont pas permis d'établir de différence significative selon la langue maternelle.

D'autre part, il appert que 64% des participants ont exercé leur activité plus d'une fois par semaine alors que 7% d'entre eux ne l'ont fait qu'une fois par mois ou moins. Il faut toutefois souligner des variations régionales importantes comme on peut le voir au tableau 4. De plus, on observe que les participants âgés de 25 à 54 ans exercent moins souvent leur activité.

Concernant le niveau d'activité, soulignons que 68% des Québécois ont déclaré pratiquer l'activité physique au moins trois heures par semaine, selon le sondage sur la participation mené par le ministère. Il faut toutefois considérer que ce dernier pourcentage inclut les gens qui ont pu pratiquer moins de neuf mois par année.

TABLEAU I

PROPORTION DE LA POPULATION DE 10 ANS OU PLUS QUI SONT ACTIFS (1), 1981

REGIONS	PROPORTION DES GENS ACTIFS (%)
Canada	56
Atlantique	52
Québec	51
Ontario	55
Prairies	61
Colombie-Britannique	65

(1) Une personne active est une personne qui a exercé une activité physique 3 heures par semaine (ou plus) pendant au moins neuf mois sur les douze qui ont précédé l'enquête.

Source: Enquête condition physique Canada, 1981.

TABLEAU 2

LISTE DES ACTIVITES SONDEES DANS L'ENQUETE SUR LA PARTICIPATION AUX ACTIVITES DE LOISIR, 1982

Ski de fond
Ski alpin
Raquette
Glissage
Motoneige

Hockey sur glace
Ballon-balai
Patinage de vitesse
Patinage artistique
Patinage sur glace à l'extérieur
Patinage sur glace à l'intérieur
Camping d'hiver
Pêche d'hiver
Patin à roulettes
Soccer
Tennis intérieur
Quilles

Judo
Karaté
Autres arts martiaux
Tir à l'arc
Tir à la carabine, au pistolet, au pigeon d'argile
Natation intérieure
Curling
Ringuette
Baseball
Basketball
Handball
Volleyball
Racketball
Ping-pong
Squash
Badminton

TABLEAU 3

TAUX ET FREQUENCES DE PARTICIPATION A UNE ACTIVITE OU PLUS, 1982

	TAUX DE PARTICIPATION %	FREQUENCE DE PARTICIPATION Nombre de fois en 1982
Ensemble de la population	78	91
Hommes	83	104
Femmes	73	76
12-14 ans	98	197
15-19 ans	99	136
20-24 ans	93	91
25-34 ans	90	65
35-44 ans	84	77
45-54 ans	66	60
55-64 ans	56	39
65 ans et plus	26	60
Moins de 10 000 $	57	63
10 000 $ à 20 000 $	74	79
20 000 $ à 35 000 $	87	85
35 000 $ ou plus	88	90
Bas St-Laurent - Gaspésie	82	124
Saguenay - Lac St-Jean	80	84
Québec	79	95
Mauricie	77	72
Estrie	74	118
Montréal	78	84
Outaouais	82	121
Abitibi-Témiscamingue	83	174
Côte-Nord	76	74

Source: Sondage sur la participation des Québécois aux activités de loisir, 1982

Note: Le taux de participation est la proportion de personnes qui ont pratiqué au moins une fois une activité physique.

TABLEAU 4

FREQUENCE DE PARTICIPATION AUX ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES, PARTICIPANTS de 1982

	PLUS D'UNE FOIS PAR SEMAINE %	UNE FOIS PAR MOIS OU MOINS %
Ensemble de la population	64	7
Bas St-Laurent - Gaspésie	74	4
Saguenay - Lac St-Jean	66	9
Québec	72	3
Mauricie	65	6
Estrie	54	5
Montréal	61	9
Outaouais	64	8
Abitibi-Témiscamingue	72	3
Côte-Nord	76	2
12-13 ans	81	1
14 ans	68	1
15-19 ans	70	4
20-24 ans	65	4
25-34 ans	57	9
35-44 ans	59	10
45-54 ans	61	9
55-64 ans	66	9
65 ans ou plus	73	8

Source: Sondage sur la participation des Québécois aux activités de loisir, 1982.

2.2 Intérêt pour l'activité physique

Dans le dernier sondage sur la participation des Québécois aux activités de loisir, plusieurs questions ont été posées sur le niveau d'activité physique et les raisons de la participation ou de la non participation à l'activité physique.

Dans une proportion de 31% les participants à l'activité physique ont invoqué la forme physique comme principle raison de leur participation aux activités de loisir. Une proportion égale de participants ont invoqué quant à eux le plaisir qu'ils tirent de leur activité. Enfin, 14% ont mentionné d'une façon générale leur santé et leur bien-être mental.

En général, les plus jeunes (moins de 20 ans) font primer le plaisir tiré de l'activité alors que les plus vieux font passer en premier leur souci d'une meilleure forme physique. Enfin, on peut remarquer que les anglophones plus que les francophones ont le souci d'une meilleure forme physique, et plus qu'eux, ils font primer le plaisir tiré de l'activité physique.

Les raisons invoquées quant à la non-participation ou à la faible participation à des activités physiques ou sportives, sont les mêmes que celles que l'on retrouve généralement dans ce genre d'enquête; les répondants parlent de manque de temps et de manque d'intérêt, ce qui revient pratiquement au même. Moins de 2% des Québécois ne participent pas à cause de raisons physiques ou de santé. Comme on pouvait s'y attendre, il s'agit de la raison la plus fréquemment mentionnée chez les personnes âgées de 55 ans ou plus.

En général, il semble qu'une majorité de Québécois ont l'intention de participer davantage à des activités physiques. Par contre, 39% des répondants ont avoué carrément ne pas avoir l'intention de s'adonner à des

activités physiques plus régulièrement au cours des prochains six mois.

La proportion de personnes ayant des intentions bien définies est assez sensible aux principales variables socio-économiques comme on peut le voir au tableau 5. Ainsi, les hommes sont plus nombreux que les femmes à avoir de telles intentions et il en est de même des gens habitant la région de Montréal, des anglophones et des personnes âgées de 15 à 44 ans et de 55 à 64 ans. Par contre, les personnes vivant au Bas St-Laurent - Gaspésie, en Estrie et sur la Côte-Nord ont des intentions moins fermes qu'ailleurs.

En général, les gens établissent dans l'ordre suivant les facteurs d'accroissement de la pratique de l'activité physique: informations sur les bienfaits de l'activité physique et sur les facteurs responsables d'une bonne condition physique (84%), encouragement ou support d'amis ou de la famille (82%), programmes organisés d'activités ou activités communautaires (77%), campagne de publicité (67%).

D'autre part, l'enquête fédérale sur la condition physique révèle que 36% des Québécois accroîtraient leur niveau d'activité physique s'ils disposaient de plus de temps, 27% le feraient s'il y avait de meilleures installations et 25%, si un partenaire était disponible.

Dans les obstacles invoqués pour la participation à l'activité physique, 60% des Québécois ont invoqué le manque de temps et 29% ont dit avoir une attitude amorphe et un manque d'énergie (données de l'enquête fédérale).

TABLEAU 5

PROPORTION DES QUEBECOIS AYANT DES PLANS BIEN DEFINIS POUR PARTICIPER DAVANTAGE A L'ACTIVITE PHYSIQUE AU COURS DES SIX PROCHAINS MOIS, 1982

	%
Ensemble de la population	19
Hommes	21
Femmes	18
12-13 ans	11
14 ans	19
15-19 ans	24
20-24 ans	25
25-34 ans	22
35-44 ans	20
45-54 ans	11
55-64 ans	21
65 ans ou plus	10
Francophones	18
Anglophones	26
Autres	18
Bas St-Laurent - Gaspésie	9
Saguenay - Lac St-Jean	16
Québec	17
Mauricie	16
Estrie	5
Montréal	22
Outaouais	13
Abitibi-Témiscamingue	17
Côte-Nord	12

2.3 L'activité physique dans les milieux de travail

Du 15 avril au 11 mai 1982 était menée une étude portant sur les programmes de conditionnement physique, et les programmes récréatifs et sportifs en milieu de travail. Il s'agit d'un sondage mené auprès de l'ensemble des entreprises ayant cent employés ou plus.

Ainsi, il appart que les programmes de conditionnement physique existent dans 8% des entreprises et les programmes sportifs et récréatifs dans 50% des entreprises.

Tous ces programmes existent relativement plus dans les entreprises employant 500 personnes que dans les entreprises de moindre taille.

Ils existent relativement plus dans des entreprises dont l'activité économique est classée Finance/Banque/ Assurance. Les programmes de conditionnement physique sont plus fréquents dans l'administration publique que dans tout autre secteur et ils sont le moins fréquents dans les secteurs de l'agriculture, des pêches, des mines et du bâtiment. Par contre, les programmes récréatifs et sportifs se retrouvent avec le taux le plus bas dans dans l'administration publique.

Par ailleurs, la situation géographique des entreprises (Grand Montréal-Province) et la présence ou non de syndicat dans l'entreprise ne changent pratiquement pas ce profil général.

Enfin, pour tous ces programmes, les pourcentages sont en corrélation avec la taille des entreprises; plus les entreprises sont grandes, plus elles sont nombreuses à offrir ces programmes.

Les programmes de conditionnement physique sont dirigés à 60% par la Direction de l'entreprise; les programmes sportifs et récréatifs à 70% par des

associations des employés. Quant au financement des programmes, il est assuré par l'entreprise, totalement dans 50% des cas, et partiellement dans 20 à 30%. Le montant annuel moyen payé par l'entreprise est de:

- 2,250 $ au conditionnement physique et de
- 2 716 $ aux programmes sportifs et récréatifs.

Au sein des entreprises offrant ces programmes, presque tout le personnel (96%) est éligible à les suivre, autant parmi les membres de la Direction que parmi les autres. Le taux de participation totale atteint 71% dans les programmes de conditionnement physique, et 82% dans les programmes sportifs et récréatifs.

Les femmes participent plus que les hommes à tous les programmes, mais compte tenu de la proportion hommes/femmes au sein des entreprises québécoises, les programmes ont une clientèle à dominance masculine; 6 hommes pour 4 femmes en moyenne.

L'équipement des entreprises varie selon les types de programmes. Pour le conditionnement physique, 60% des entreprises qui l'offrent aux employés ont de l'équipement; 46% sur le site même de l'entreprise. Pour les programmes sportifs et récréatifs, 41% des entreprises qui les offrent aux employés ont de l'équipement; 18% sur le site même.

Les programmes existent depuis 2 ans ou plus dans 94% des entreprises qui en offrent; les programmes sportifs et récréatifs, dans 90% des cas; et les programmes de conditionnement physique, dans 62% des cas.

En grande majorité (80%), les entreprises avec programmes veulent les maintenir à l'avenir, 15% environ veulent les augmenter, 5% envisagent de les réduire ou de les annuler. Parmi les entreprises actuellement sans ces programmes, 70% environ n'envisagent pas de les adopter dans un proche avenir. Parmi les autres, il existe une faible probabilité de s'y engager.

La majorité de l'ensemble des entreprises québécoises accepterait favorablement une assistance gouvernementale gratuite relative à ces programmes; 67% pour des programmes sportifs et récréatifs, 63% pour des programmes de conditionnement physique.

Onze pourcent (11%) des entreprises financent à l'extérieur des programmes de conditionnement physique; 29% des programmes sportifs et récréatifs. Les entreprises hors de Montréal sont relativement plus nombreuses que celles du grand Montréal à financer de tels programmes extérieurs à l'entreprise.

En moyenne, les entreprises qui financent à l'extérieur se répartissent comme suit:

- programmes de conditionnement physique 5%
- programmes sportifs et récréatifs 48%

D'autre part, l'enquête faite auprès des milieux de travail nous apprend que vingt-neuf pour cent (29%) des représentants interrogés de toutes les entreprises québécoise affirment connaître dans leur région l'existence de représentants de Kino-Québec. Au total, 12% auraient été déjà contactés par ces représentants. Les chiffres sont relativement plus élevés hors de Montréal, dans l'administration publique, dans les plus grosses entreprises et dans celles qui ont des syndicats.

Les tableaux fournissent des détails sur les entreprises offrant ces programmes.

Comme dernier point, on peut souligner que les résultats observés au niveau des entreprises ne constituent qu'un portrait de la situation susceptible de varier selon les priorités que s'est défini chacun des modules.

TABLEAU 6

Caractéristiques des entreprises offrant des programmes de conditionnement physique (91)

	%
TYPE DE PROGRAMMES	
Jogging	68
Conditionnement physique individualisé	51
Conditionnement physique de groupe	69
Pause-exercice	15
Autres	7
MONITEURS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE	
Nombre: Aucun	19
Un	24
Plus de un	43
Diplômés en éducation physique	40
en récréologie	7
en médecine	10
autres diplômés	11
EXAMEN MEDICAL AVANT PARTICIPATION	59
RESPONSABILITE POUR LA DIRECTION DES PROGRAMMES (réponses multiples)	
La direction de l'entreprise	60
Une association d'employés	34
Les syndicats	3
Autres (de l'exétrieur/mixte)	9
FINANCEMENT DES PROGRAMMES	
L'entreprise paie tous les programmes	49 } 66
L'entreprise paie quelques programmes	17 }
L'entreprise ne paie rien	34
MONTANT ANNUEL MOYEN PAYE par l'entreprise	2 250,00 $

Caractéristiques des entreprises offrant des programmes de conditionnement physique (91)

		%
ELIGIBILITE ET PARTICIPATION		
Les membres de la direction:	Eligibles	95
	Participent	67
	Hommes	52
	Femmes	100
Autres que la direction:	Eligibles	90
	Participent	74
	Hommes	70
	Femmes	81
TAUX MOYEN DE PARTICIPATION		71
PROPORTION MOYENNE D'HOMMES/FEMMES PARMI LES PARTICIPANTS		
	Hommes	59
	Femmes	41
		100
EQUIPEMENT		
Ont de l'équipement		60
en totalité sur le site de l'entreprise		46
en partie sur le site de l'entreprise		9
à l'extérieur		5
ANCIENNETE DES PROGRAMMES		
Plus de 2 ans		62
De 1 à 2 ans		20
Moins d'un an		18
INTENTIONS VIS-A-VIS DE CES PROGRAMMES		
Expansion des programmes		19
Maintien tels quels		73
Réduction/Annulation/Ne sait pas		8

TABLEAU 7

Caractéristiques des entreprises offrant des programmes sportifs et récréatifs	(554) %	
TYPE DE PROGRAMMES		
Sports d'équipe	87	
Sports individuels	32	
Tournois spéciaux	72	
Sports d'extérieur	21	
Autres	1	
RESPONSABILITE DE LA DIRECTION DES PROGRAMMES (réponses multiples)		
La direction de l'entreprise	39	
Une association d'employés	70	
Les syndicats	5	
Autres	1	
FINANCEMENT DES PROGRAMMES		
L'entreprise paie tous les programmes	46	79
L'entreprise paie quelques programmes	33	
L'entreprise ne paie rien	21	
MONTANT ANNUEL MOYEN PAYE par l'entreprise	2 716,00 $	
ELIGIBILITE ET PARTICIPATION		
Les membres de la direction: Eligibles	97	
Participent	79	
Hommes	72	
Femmes	100	
Autres que la direction: Eligibles	98	
Participent	84	
Hommes	85	
Femmes	81	
TAUX MOYEN DE PARTICIPATION	82	
PROPORTION MOYENNE D'HOMMES/FEMMES PARMI LES PARTICIPANTS		
Hommes	65	
Femmes	35	
	100	

Caractéristiques des entreprises offrant des programmes sportifs et récréatifs		(554) %
EQUIPEMENT		
Ont de l'équipement		41
. en totalité sur le site de l'entreprise	18	
. en partie sur le site de l'entreprise	15	
. à l'extérieur	8	
ANCIENNETE DES PROGRAMMES		
Plus de 2 ans		90
De 1 à 2 ans		6
Moins d'un an		4
INTENTIONS VIS-A-VIS DE CES PROGRAMMES		
Expansion des programmes		15
Maintien tels quels		81
Réduction/Annulation/Ne sait pas		4

3. POINTS SAILLANTS DES ETUDES REALISEES

Les études réalisées jusqu'à maintenant comportent plusieurs points de convergence vers lesquels l'attention devrait se porter.

3.1 Les personnes âgées

Ainsi, il apparaît clairement que les personnes âgées viennent loin derrière en termes d'activité physique. Ces personnes ont un niveau de participation réduit au minimum et elles sont peu au courant de la publicité sur la condition physique. Qui plus est, ces personnes sont deux fois moins nombreuses que les autres à avoir des plans bien définis pour accroître leur participation à l'activité physique et encore pire, les trois quarts d'entre elles déclarent ne pas avoir l'intention de pratiquer davantage.

3.2 La région de Montréal

Le taux de participation aux activités physiques est inférieur dans la région de Montréal à celui des autres régions ce qui ne peut être dû aux non francophones comme on l'a vu précédemment. Puisque ces derniers sont concentrés dans cette région, et qu'ils ont un taux de participation globale égal à celui des francophones, on peut croire que ce sont ces derniers qui, dans la région de Mongréal, participent le moins.

D'autre part, on peut faire sensiblement toutes les mêmes observations pour la région de l'Estrie où la participation à l'activité physique est plus faible.

3.3 Les femmes

Il apparaît généralement que les femmes ont un niveau d'activité physique inférieur à celui des hommes; elles participent en moins grand nombre et

moins longtemps, elles ont moins souvent qu'eux de plans bien définis pour participer davantage. Toutefois, les différences observées bien que significatives ne sont pas aussi criantes que celles observées chez les personnes âgées par exemple, et sous certains aspects, on observe chez elles la même chose que chez les hommes. Par exemple, elles sont touchées au même degré par la publicité sur l'activité physique. Mais il n'en demeure pas moins qu'il s'agit d'un groupe légèrement sous-représenté quant à la pratique de l'activité physique.

4. LA MESURE DE L'ACTIVITE ET DE LA CONDITION PHYSIQUE

4.1 Développement d'un ensemble d'indicateurs

Un programme comme Kino-Québec doit pouvoir s'évaluer sur une période relativement longue. En effet, la finalité même du programme qui est l'amélioration de la condition physique des Québécois implique un changement qui ne peut se faire qu'à long terme. Aussi, faudrait-il être en mesure d'avoir en main une série d'indicateurs qui, estimés périodiquement, permettraient d'avoir une vision plus claire du champ d'action de Kino-Québec. Ces indicateurs devraient être de deux ordres: les indicateurs de la condition physique et les indicateurs de participation aux activités physiques.

Actuellement, le Ministère a en main un ensemble de données provenant de diverses enquêtes et qui nous permettent d'évaluer ces facteurs. Toutefois, il existe de grandes différences d'une enquête à l'autre par rapport à la formulation des questions, aux activités sondées, à la population étudiée. Il est ainsi très difficile de suivre dans le temps l'évolution de facteurs aussi simples que la participation aux activités physiques.

Aussi, il est urgent que dès maintenant, la Direction de l'analyse et de la recherche socio-économique en collaboration avec la Direction de l'activité physique et du développement sportif de base entreprennent la construction d'indicateurs précis et invariables dans le temps. En effet, sans ces indicateurs, nous n'aurons que des images ponctuelles de l'état de la situation sans pouvoir faire de liens entre ces différentes images et sans pouvoir en mesure l'évolution.

4.2 Les indicateurs de la condition physique

Une étude sur la situation du champ d'action de Kino-Québec peut difficilement s'imaginer sans mesures sur la condition physique des Québécois. A

cet effet, l'enquête du gouvernement fédéral nous fournit un ensemble d'indicateurs qu'il importe d'observer et de suivre dans le temps. Il faudra se demander quels indicateurs on veut suivre et à quel degré de périodicité des mesures doivent être faites.

4.3 Les indicateurs de l'activité physique

Plusieurs études ont déjà été réalisées par le Ministère sur la participation des Québécois aux activités de loisir: toutefois, il est très difficile de faire des comparaisons sur une base temporelle à partir des données de ces sondages. Il serait pourtant plus que souhaitable de disposer de données nous permettant de suivre l'évolution dans la participation à l'activité physique.

Par exemple, l'enquête de 1977 considérait un participant à une activité physique que si cette personne l'avait exercée au moins une fois par mois en moyenne. Dans les enquêtes de 1981 et 1982, un participant est une personne qui a exercé l'activité au moins une fois pendant une période de six mois (en 1981) ou de un an (en 1982). On voit donc que les taux de participation qu'on en tire sont difficilement comparables. Il s'agit là d'un exemple parmi d'autres. On pourrait citer également les définitions changeantes de fréquence de participation, le nombre d'activités recensées, le fait que les questions puissent être tantôt ouvertes, tantôt fermées, etc...

Il importe donc de définir clairement des indicateurs portant sur les domaines suivants:

- le taux de participation aux activités physiques
- la fréquence de participation aux activités physiques
- le temps de participation aux activités physiques.

Enfin, il faudra établir clairement la périodicité des sondages de même que le moment où ils se tiendront: en effet, le moment de l'enquête peut

avoir une incidence sur le taux de participation dans la mesure où les gens se souviennent plus facilement de ce qui est récent.